

III. Begyakorlás.

- a) Összefoglalás.
- b) Elmélyítés. (Elbeszélés.)
- c) Megfigyelésre utalás. (Szempontok szerint.)

Testnevelésre egy kidolgozott példát adunk.

I. Bevezető gyakorlatok:

1. Köralakítás. Nóta helybenjárással.
2. Járás körben. Lábujj-járás, sarkon járás.
3. Törökülés. Kismadár alszik.
4. Terpeszállás. Harangozás. Magastartás, kötéllel törzshajlítás előre.
5. Szökdelés. Hogyan ugrál a kis- és nagy labda?

II. Főgyakorlatok:

1. Hanyattfekvés, mellkasemelés.
2. Mellső fekvés, karok mell alatt. Ebből mellső fekvőtámasz.
3. Csípőre! Térdemelés. Ki áll mozdulatlanul. (Golya-állás.)
4. Futás vagy helyette helyben ugrások. Hogyan ugrál a veréb? És a kis csikó?
5. Játék. Mókusok ki a körből!

III. Levezető gyakorlatok:

1. Járás térdemeléssel.
2. Leírás. Az oroszlán az állatok királya.
3. Elvonulás éneke. Horthy Miklós katonája vagyok...

(Folytatjuk.)

MAGYAR ASSZONY ÍRJA.

...Áldja meg az Isten a madara szárnyát,
Százezer muszkán át, halál záporába,
Ki levelét hozta százezer muszkán át,
Hogy mégis ideszállt
Én édes uramnak szerelmes postája...

Áldja meg az Isten áldott hírhozóját,
Sebesen vihesse a válaszom hozzád;
Szombat este írom a kis asztal mellett;
Kicsi csemetéink,
Isten báránykái, ágyukban pihennek.

...Mióta elmentél véres hadak útján,
Sűrű gond esője záporosan hullt rám;
Fehér özvegységnek nincsen vasárnapja,
De velünk az Isten —
És rendben a jószág és rendben a pajta.

Nagy tüzes csatákból vitézek ha jönnek,
Hósi sebek láttán nem hullatunk könnyet;
Sebüket bekötjük fehér patyolattal,
Sebesült vitéznek
Minden magyar portán terítve az asztal.

... Mióta elmentél, hosszú őszre tél lett;
De minden úgy van itt, mintha most jönnél meg;
Délben az asztalfő friss illattal vár rád,
Este meg, este meg
Fölvetve puhára patyolatos párnád.

Télben is rózsát hajt a küszöbünk fája,
Én édes vitézem, hogyha te lépsz rája;
Hogyha sebesülten, hogyha lerongyoltan,
Győztes szép katonám,
Csak tartsalak újra ölelő karomban.

... Kis ágyban mozdulnak a kicsi fiókák,
Kövér kis kezüket imára kulcsolják;
Rája az estében nagy fényesség támad,
Ahogy elsuttogják;
„Jó Istenünk, védd meg az édesapánkat!”

Téli fagyos vártán, tudom, hogy megérzed,
Kicsi fiókáink fohászkodnak érted.
Féltő érzélemmel most borulok rájuk;
„Én kicsi árváim,
Visszatér győztesen az édesapátok!”

(Gyóni Géza.)

TANÍTÁSOK — VÁZLATOK.

1943. január 3. hete.

Beszéd- és értelemgyakorlat.

II. OSZTÁLY.

V á z l a t.

I. *Előkészítés.* a) Számonkérés. Az emberi test és gondozása. A test részei: fej, törzs, végtagok mikor tudnak dolgozni, feladatuknak megfelelni? Gondozás, ápolás. Hogyan ápoljuk testünket? Mosakodás, fürdés.

b) Célkitűzés. Beszéljünk ma arról, mi szükséges még a test tisztántartásához!

II. *Tárgyalás.* a) A ruházkodás. Hogyan öltözködünk? Melyek a felső ruhadarabok? Mit viselünk alattuk? Ezek mivel érintkeznek? Mitől lesz szennyes ingünk? Miért kell sűrűn